



## **HUBUNGAN TINGKAT KONSENTRASI DENGAN KETEPATAN MEMANAH PADA ATLET PANAHAN ACEH ARCHERY SCHOOL BINAAN DISPORA KABUPATEN BIREUEN TAHUN 2015**

**Mukhtar\*, Abdurrahman, Ifwandi**

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh 23111

\*Corresponding Email: mukhtar\_archery@gmail.com

### **ABSTRAK**

Penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Konsentrasi dengan Ketepatan Memanah Pada Atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen Tahun 2015”. Olahraga panahan merupakan perpaduan antara seni gerakan dan ketahanan mental untuk memperoleh skor tertinggi. Pada dasarnya olahraga panahan merupakan cabang olahraga yang membutuhkan sentuhan jiwa yang halus, kesabaran, keuletan, dan ketahanan mental. Untuk pencapaian prestasi dibutuhkan beberapa factor, salah satunya adalah tingkat konsentrasi yang sangat baik pada seorang atlet panahan. Konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian kepada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus yang bersifat internal maupun eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet panahan aceh archery school binaan dispora kabupaten Bireuen tahun 2015. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet panahan aceh archery school binaan dispora kabupaten Bireuen tahun 2015 yang berjumlah 20 orang. Mengingat jumlah populasi yang relatif kecil, maka semua anggota populasi dijadikan sampel penelitian (*total sampling*). Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan rumus analisis korelasi sederhana. Hasil penelitian yang diperoleh adalah sebagai berikut: terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet panahan aceh archery school binaan dispora kabupaten Bireuen tahun 2015 sebesar ( $r = 0,63$ ) yang mana  $r$  adalah koefisien korelasi. Dari perhitungan tersebut diperoleh nilai  $F_h$  ( $F$ -hitung) = 3,43, sedangkan nilai  $F_t$  ( $F$ -tabel) pada taraf signifikan 95% dengan db ( $n-k-1$ ) adalah sebesar 2,81. Artinya nilai  $F_h = 3,43 > \text{nilai } F_t = 2,81$ . Uraian tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang penulis rumuskan yaitu: “terdapat hubungan yang signifikan antara konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet panahan aceh archery school binaan dispora kabupaten Bireuen tahun 2015”.

**Kata Kunci:** Konsentrasi, Ketepatan Memanah

### **PENDAHULUAN**

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang untuk mencapai suatu maksud atau tujuan tertentu. Olahraga juga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak atau meningkatkan kualitas hidup. Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya periodik; artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, tidak dapat



ditinggalkan. Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial.

Selain dari pada itu olahraga juga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur tubuh yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Berdasarkan referensi yang membahas tentang olahraga, menurut Edward (1998:6) menyatakan bahwa “olahraga harus bergerak dari konsep, games dan sport”. Dalam ruang lingkup games mempunyai karakteristik berdasarkan kompetisi hasil yang ditentukan oleh keterampilan fisik, strategi dan kesempatan. Untuk mencapai suatu prestasi baik itu dalam cabang olahraga panahan maupun cabang olahraga lainnya.

Panahan merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan baik pada even daerah, even nasional maupun pada even internasional. Di Indonesia panahan baru dipertandingkan pada PON yang ke 2 (dua) dan pada PON berikutnya menjadi salah satu nomor perlombaan yang selalu diperlombakan. Sebagaimana diketahui bahwa PON pertama berlangsung sesudah perang kemerdekaan melawan penjajah, memang olahraga juga digunakan untuk menggalang dan menggelorakan tekad bangsa dalam berjuang. Pada PON II sampai dengan PON IV, perlombaan panahan masih memperlombakan nomor tradisional. Nomor tradisional dalam panahan dilakukan secara duduk bersila sambil memanah. Untuk jenis lomba yang menggunakan peralatan yang sederhana dan bersifat intensif (*modern*) ini masih tetap diperlombakan sampai sekarang. Kemudian dikenal dengan nama ronde FITA, yaitu singkatan dari *Federation International De a I' Arc* dalam bahasa Prancis dan kemudian diresmikan dalam bahasa Inggris adalah *International Archery Federation*, yang berdiri sejak tahun 1931 dan Indonesia bergabung menjadi anggota pada tahun 1959 pada kongres FITA di Oslo Norwegia. Sejak PON II sampai sekarang atlet-atlet panahan terus berlatih untuk mencapai target atau medali, begitu juga dengan setiap daerah-daerah yang ada di Indonesia khususnya Aceh. Para atlet tersebut dengan penuh semangat dan tekad terus berlatih untuk menjadi juara di even daerah, nasional dan internasional.

Atlet panahan khususnya di klub panahan Aceh Archery School binaan Dispora Kabupaten Bireun mengalami kendala pada konsentrasi saat menembak untuk mencapai target atau sasaran yang dituju sehingga hasil yang diperoleh tidak maksimal. Berdasarkan permasalahan di atas penulis berkeinginan untuk meneliti tentang **“Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Ketepatan Memanah Pada Atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen Tahun 2015”**.

## **METODE PENELITIAN**

### **Tempat dan waktu penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 2015 bertempat dilapangan latihan Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen. Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi (*corelation research*) yang menjadi tujuan penelitian adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dua variabel yang diteliti. Besar kecilnya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Arikunto (1991:309) bahwa: "Penelitian korelasi merupakan penelitian yang bermaksud untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau



beberapa variabel, besar atau tingginya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi".

### Teknik Pengumpulan Data

#### 1. Tes Konsentrasi

Pelaksanaan pengumpulan data Konsentrasi penulis menggunakan instrumen atau alat ukur Konsentrasi berupa Modul Grid Concentration Exercise yang diadopsi dari Dorothy V. Harris dan B.L Harris (1998).

#### 2. Pelaksanaan Tes *Concentration Exercise Grid*

- Tujuan: untuk mengukur tingkat konsentrasi
- Alat: lembaran concentration exercise grid, pulpen, stopwatch

#### c. Pelaksanaan:

Para peserta dikumpulkan secara bersama dalam satu kelompok satu ruangan dengan tempat duduk masing-masing peserta terpisah jarak satu meter dan masing-masing peserta mendapatkan satu lembar kertas bergambar *Concentration Exercise Grid*. Selanjutnya peserta diberikan tugas sesuai instruksi yang diberikan oleh peneliti berupa menghubungkan angka-angka tersebut secara berurutan atau tersusun dari mulai 0 sampai dengan 100 baik secara horizontal maupun vertical dalam waktu satu menit. Peserta hanya perlu memberi tanda checklist (✓) pada kotak angka yang mereka temukan secara berurut. Kegiatan ini dibantu oleh dua orang untuk melihat kejujuran atlet dalam menchecklist kotak angka-angka yang telah dibagikan untuk masing-masing peserta. Data konsentrasi peserta diperoleh dari hasil checklist instrumen konsentrasi yang disusun oleh peserta secara berurutan dari angket gambar yang telah disebar kepada sampel penelitian untuk di checklist.

#### 1. Tes Concentration Exercise Grid

84	27	51	97	78	13	100	85	55	59
33	52	04	60	92	61	31	57	28	29
18	70	49	86	80	77	39	65	96	32
63	03	12	73	19	25	21	23	37	16
81	88	46	01	95	98	71	87	00	76
24	09	50	83	64	08	38	30	36	45
40	20	66	41	15	26	75	99	68	06
34	48	62	82	42	89	47	35	17	10
56	69	94	72	07	43	93	11	67	44
53	79	05	22	74	54	58	14	02	91

Sumber: *Athlete's Guide to Sports Psychology* (Leisure Press, 1984)  
Dorothy V. Harris dan Bette L. Harris Hal; 89



### 3. Tes Ketepatan Memanah

Tujuannya adalah untuk mengetahui sejauh mana ketepatan memanah atlet panahan Aceh Archery School binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015.

1. Pelaksanaan: Untuk wanita memanah 2-6 anak panah dari jarak 10, 20 yards dan pria memanah 2-6 anak panah dengan jarak 10, 20, dan 30 yards. Wanita memanah dengan total 24 anak panah dan pria memanah dengan total 36 anak panah. Keseluruhan anak panah dimulai dengan jarak 10 yards. Setiap pemanah harus menyelesaikan menembak jarak 10 yards selanjutnya berpindah ke jarak 20 yards, setelah menyelesaikan jarak 20 yards pemanah pria berpindah ke jarak 30 yards. Pemanah yang tidak mendapatkan 10 poin pada 1 jarak tidak boleh melanjutkan kejarak berikutnya. Pemanah diizinkan menggunakan teknik apapun serta diberi kesempatan untuk melakukan tembakan percobaan sebanyak 4 anak panah.
2. Perlengkapan: Target standar 48 inc, busur, anak panah, pelindung tangan, tab. Kekuatan busur berkisar antara 15-40 pons dan panah panjangnya 24-48 inc. dikarenakan 4 pemanah dapat menembak dalam waktu yang sama maka nomor busur disesuaikan dengan nomor target. Setiap pemanah setidaknya memiliki 6 anak panah. Perlengkapan peralatan mencakup tali pengukur garis tembak, area keselamatan, kapur. perlengkapan skoring mencakup peluit, skorsit dan alat tulis.
3. Persiapan: Pengaturan jarak target, mengukur dan menandai garis tembak dengan jarak 10, 20 dan 30 yards

## HASIL PENELITIAN

### Hasil Penelitian

Hasil serangkaian penelitian lapangan yang dilakukan pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015.

Tabel 1 Rekapitulasi Data Mentah Hasil Penelitian

No.	Nama	Hasil Tes Konsentrasi (X)	Hasil Tes Ketepatan Memanah (Y)
1	2	3	4
1	Affanul Hakim	17	189
2	Liandy Putra	15	300
3	Misbahuddin	18	176
4	Saifuddin	20	166
5	Muammar Al-fikri	25	222
6	M.Harban Farisy	16	206
7	M.Sultan Al-farasyi	22	197
8	M.Aufa	9	130
9	Alfi Syahria	10	125
10	Farhan Al-Raschel	21	270
11	Arief Munawar	19	235



1	2	3	4
12	Daffa Fawwas	24	244
13	Hilmi Daffa	13	158
14	Salman Al-Farisi	15	151
15	Ikramullah	11	136
16	Thampiddin	21	240
17	Husaini	23	272
18	Rahmatuddin	26	294
19	Ami Syahreza	14	144
20	Zacky Muwaffaq	15	294

### Hasil Tes Tingkat Konsentrasi

Tabel 2. Tabel Penolong untuk Menghitung Rata-Rata dan Standar Deviasi tes Konsentrasi

No.	Nama	Hasil Tes Konsentrasi (X)	X <sup>2</sup>
1	Affanul Hakim	17	289
2	Liandy Putra	15	225
3	Misbahuddin	18	324
4	Saifuddin	20	400
5	Muammar Al-fikri	25	625
6	M.Harban Farisy	16	256
7	M.Sultan Al-farasyi	22	484
8	M.Aufa	9	81
9	Alfi Syahria	10	100
10	Farhan Al-Raschel	21	441
11	Arief Munawar	19	361
12	Daffa Fawwas	24	576
13	Hilmi Daffa	13	169
14	Salman Al-Farisi	15	225
15	Ikramullah	11	121
16	Thampiddin	21	441
17	Husaini	23	529
18	Rahmatuddin	26	676
19	Ami Syahreza	14	196
20	Zacky Muwaffaq	15	225
	<b>Jumlah</b>	<b>354</b>	<b>6744</b>



## Hasil Tes Ketepatan Memanah

Tabel 3. Tabel Penolong untuk Menghitung Rata-Rata dan Standar Deviasi Tes Ketepatan Memanah

No.	Nama	Hasil Tes Ketepatan Memanah (Y)	Y <sup>2</sup>
1	Affanul Hakim	189	35721
2	Liandy Putra	300	90000
3	Misbahuddin	176	30976
4	Saifuddin	166	27556
5	Muammar Al-fikri	222	49284
6	M.Harban Farisy	206	42436
7	M.Sultan Al-farasyi	197	38809
8	M.Aufa	130	16900
9	Alfi Syahria	125	15625
10	Farhan Al-Raschel	270	72900
11	Arief Munawar	235	55225
12	Daffa Fawwas	244	59536
13	Hilmi Daffa	158	24964
14	Salman Al-Farisi	151	22801
15	Ikramullah	136	18496
16	Thampiddin	240	57600
17	Husaini	272	73984
18	Rahmatuddin	294	86436
19	Ami Syahreza	144	20736
20	Zacky Muwaffaq	294	86436
Jumlah		4149	926421

### Analisis Data Penelitian

Data-data yang tertera dalam tabel di atas, selanjutnya perlu dianalisis dengan rumus-rumus statistik yang dapat memberikan gambaran yang jelas berupa angka-angka pada tingkat mana korelasi yang diberikan variabel X yaitu konsentrasi terhadap ketepatan memanah.

### Analisis Rata-rata Tes Konsentrasi dan Ketepatan Memanah

Berdasarkan hasil tes konsentrasi dan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015, sebagaimana terdapat pada tabel 4.2 dan 4.3 di atas, maka dapat ditentukan nilai rata-rata sebagai berikut:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$



$$\begin{aligned} &= \frac{354}{20} \\ &= 17.70 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \bar{Y} &= \frac{\sum Y}{N} \\ &= \frac{4149}{20} \\ &= 207,45 \end{aligned}$$

Dari hasil analisis rata-rata di atas, dapat dikemukakan bahwa rata-rata konsentrasi atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015 adalah 17,70, sedangkan ketepatan memanah 207.45.

### **Analisis Standar Deviasi Tes Konsentrasi dan Ketepatan Memanah**

Berdasarkan hasil tes di atas, juga dapat ditentukan perbedaan kemampuan antara masing-masing sampel dengan menganalisis standar deviasi sebagai berikut:

$$\begin{aligned} SD_x &= \sqrt{\frac{N(\sum X^2) - (\sum X)^2}{N(N-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{20(6744) - (354)^2}{20(20-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{134880 - 125316}{20(19)}} \\ &= \sqrt{\frac{9564}{380}} \\ &= \sqrt{25,16842} \\ &= 5.01 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SD_y &= \sqrt{\frac{N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2}{N(N-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{20(926421) - (4149)^2}{20(20-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{18528420 - 17214201}{20(19)}} \\ &= \sqrt{\frac{1314219}{380}} \\ &= \sqrt{3458.471} \\ &= 58,80 \end{aligned}$$



Hasil analisis di atas, menggambarkan bahwa standar deviasi pada data tes konsentrasi adalah 5,01, sedangkan nilai standar deviasi ketepatan memanah adalah 58,80. Berdasarkan hasil analisis rata-rata dan standar deviasi di atas, selanjutnya dapat ditentukan nilai T-Score untuk masing-masing variabel dengan menggunakan rumus Yusuf (1987:126) sebagai berikut:

$$T = \frac{X - M}{SD} \times 10 + 50$$

Tabel 4. Nilai T-Score Konsentrasi (X) dan Ketepatan Memanah (Y)

No.	Nama	Konsentrasi (X)		Ketepatan Memanah (Y)	
		Raw-Score	T-Score	Raw-Score	T-Score
1	Affanul Hakim	17	48.60	189	46.86
2	Liandy Putra	15	44.61	300	65.73
3	Misbahuddin	18	50.59	176	44.65
4	Saifuddin	20	54.59	166	42.95
5	Muammar Al-fikri	25	64.57	222	52.47
6	M.Harban Farisy	16	46.60	206	49.75
7	M.Sultan Al-farasyi	22	58.58	197	48.22
8	M.Aufa	9	32.63	130	36.82
9	Alfi Syahria	10	34.63	125	35.97
10	Farhan Al-Raschel	21	56.58	270	60.63
11	Arief Munawar	19	52.59	235	54.68
12	Daffa Fawwas	24	62.57	244	56.21
13	Hilmi Daffa	13	40.61	158	41.59
14	Salman Al-Farisi	15	44.61	151	40.39
15	Ikramullah	11	36.62	136	37.84
16	Thampiddin	21	56.58	240	55.53
17	Husaini	23	60.57	272	60.97
18	Rahmatuddin	26	66.56	294	64.71
19	Ami Syahreza	14	42.61	144	39.20
20	Zacky Muwaffaq	15	44.61	294	64.71
Jumlah		354	999.91	4149	999.88

#### Analisis Koefisien Korelasi antar Variabel

Untuk mengetahui terdapat atau tidaknya hubungan antara konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015, maka data-data yang telah dirubah ke dalam bentuk nilai T-Score, selanjutnya dianalisis dengan rumus koefisien korelasi *product moment* sebagai berikut:





Tabel 5. Penolong untuk Analisis Korelasi

No.	X	Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY
1	48.6	46.86	2361.96	2195.86	2277.396
2	44.61	65.73	1990.052	4320.433	2932.215
3	50.59	44.65	2559.348	1993.623	2258.844
4	54.59	42.95	2980.068	1844.703	2344.641
5	64.57	52.47	4169.285	2753.101	3387.988
6	46.6	49.75	2171.56	2475.063	2318.35
7	58.58	48.22	3431.616	2325.168	2824.728
8	32.63	36.82	1064.717	1355.712	1201.437
9	34.63	35.97	1199.237	1293.841	1245.641
10	56.58	60.63	3201.296	3675.997	3430.445
11	52.59	54.68	2765.708	2989.902	2875.621
12	62.57	56.21	3915.005	3159.564	3517.06
13	40.61	41.59	1649.172	1729.728	1688.97
14	44.61	40.39	1990.052	1631.352	1801.798
15	36.62	37.84	1341.024	1431.866	1385.701
16	56.58	55.53	3201.296	3083.581	3141.887
17	60.57	60.97	3668.725	3717.341	3692.953
18	66.56	64.71	4430.234	4187.384	4307.098
19	42.61	39.2	1815.612	1536.64	1670.312
20	44.61	64.71	1990.052	4187.384	2886.713
<b>Jumlah</b>	<b>999.91</b>	<b>999.88</b>	<b>51896.02</b>	<b>51888.24</b>	<b>51189.8</b>

$$\begin{aligned}
 r_{xy} &= \frac{NXY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}} \\
 &= \frac{20 \times 51189.8 - (999.91)(999.88)}{\sqrt{\{20(51896.02) - (999.91)^2\}\{20(51888.24) - (999.88)^2\}}} \\
 &= \frac{1023796 - 999790}{\sqrt{\{1037920 - 999820\}\{1037765 - 999760\}}} \\
 &= \frac{24006}{\sqrt{\{38100\}\{38005\}}} \\
 &= \frac{24006}{\sqrt{1447990500}} \\
 &= \frac{24006}{38052.47} \\
 &= 0,63
 \end{aligned}$$



Hasil analisis data di atas, menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi ( $r$ ) antara konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015 adalah sebesar  $r = 0,63$ .

### **Pengujian Hipotesis**

Berdasarkan hasil hasil pengukuran di lapangan dan pengolahan data, maka untuk pembuktian dapat di tempuh dengan pengujian F-hitung. Perhitungannya dapat dilakukan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}t &= r \sqrt{\frac{N-2}{1-r^2}} \\&= 0,63 \sqrt{\frac{20-2}{1-0,63^2}} \\&= 0,63 \sqrt{\frac{18}{1-0,3969}} \\&= 0,63 \sqrt{\frac{18}{0,6031}} \\&= 0,63 \sqrt{29,84579672} \\&= 0,63 \times 5,46 \\&= 3,43\end{aligned}$$

Hasil perhitungan di atas, diperoleh nilai  $F_h$  (F-hitung) = 3,43 sedangkan nilai  $F_t$  ( $F$  tabel) pada taraf signifikansi 0,95% dengan  $db$  ( $n-k-1$ ) adalah sebesar 2,81 Artinya nilai  $F_h = 3,43 > \text{nilai } F_t = 2,81$ . Dari Uraian tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang penulis rumuskan yaitu: “ (1). Terdapat hubungan yang signifikasi antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan memanah. Hal ini sesuai dengan pendapat Isparjadi (1988:112) yang mengatakan bahwa”Bila  $F$  yang diperoleh sama atau lebih besar dari  $F$  yang terdapat pada tabel, maka nilai  $F$  yang diperoleh itu signifikan”. Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa hipotesis yang penulis rumuskan pada bab I yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015 kebenarannya.

### **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data tes hubungan tingkat konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015. Dapat dijelaskan kiranya dalam olahraga panahan konsentrasi pada saat menembak sangat berpengaruh terhadap hasil tembakan sasaran. Dengan demikian konsentrasi patut mendapat perhatian kalau tidak, maka seorang pemanah itu akan sulit dalam membidik sasaran atau target tembakan. Pada penelitian ini hubungan konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015 (XY) memberikan kontribusi  $r = 0,63$ .

Dari perhitungan hipotesis diperoleh nilai  $F_h$  (F-hitung) = 3,43 sedangkan nilai  $F_t$  (F-tabel) pada taraf signifikan 0,95% adalah sebesar 2,81 artinya  $F_{hitung} = 3,43 > \text{nilai } F_{tabel}$



= 2,81. Maka konsentrasi memberi hubungan yang positif dan signifikan terhadap ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015. Penelitian ini dilakukan hanya sebatas pembuktian teori-teori yang telah dikemukakan para ahli olahraga, namun demikian penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan secara umum dan lebih khusus lagi untuk pengembangan ilmu keolahragaan dalam rangka peningkatan prestasi cabang olahraga khususnya cabang olahraga

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Dari hasil penelitian, pengolahan serta analisis data, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 1 Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi dengan ketepatan memanah pada atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015 adalah  $r = 0,63$ .
- 2 Konsentrasi atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015, berada pada tingkat klasifikasi baik dengan nilai rata-rata 17,70.
- 3 Ketepatan memanah atlet Panahan Aceh Archery School Binaan Dispora Kabupaten Bireuen tahun 2015, berada pada tingkat klasifikasi baik sekali dengan nilai rata-rata 207,45.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Dalam upaya peningkatan ketepatan memanah hendaknya para pelatih, guru pendidikan jasmani memperhatikan komponen-komponen yang mempengaruhi ketepatan memanah seperti tingkat konsentrasi, karena komponen tersebut sangat berperan dalam ketepatan memanah.
2. Bagi atlet panahan diharapkan lebih fokus lagi dalam latihan terutama dalam hal meningkatkan konsentrasi, dan ketepatan agar mencapai prestasi yang lebih baik.
3. Bagi peneliti lain, kiranya penelitian ini dapat dilanjutkan dalam permasalahan yang lebih luas dengan jumlah sampel yang lebih besar, sehingga dapat memberikan sumbangan pemikiran kepada pelatih, pembina maupun atlet dalam upaya meningkatkan prestasi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. 1991. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- , S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bompa, Tudor. O. 1990. *Theory and Methodology of Training, The Key to Athletic Performance*. Kendall/ Hant: Departement of Phisycal Education York University. Canada: Ontario.
- Cox, H. Richard. 1995. *Sport Psychology, Concept and Aplications*. USA: WM. C. Broun Publishers Dubuqe